

江苏小区健身器材生产厂家-小区健身器材价格

产品名称	江苏小区健身器材生产厂家-小区健身器材价格
公司名称	盐山冀图体育器材有限公司
价格	400.00/件
规格参数	品牌:冀图 型号:JT-0317 产地:河北沧州
公司地址	盐山县望树镇205国道东侧
联系电话	13393070031

产品详情

小区健身器材为什么能受到广大群众的喜爱？下面我们就一起来看一看。正是因为室外健身器材免费提供居民健身，而且他的占地面积小，简单又很实用。也可以根据不同年龄层次、不同身体素质，不同的喜好选择自己喜欢的健身器材来使用。人们只需要花费半个小时就可以完成各项运动，就能使力量、耐力、协调性、柔韧性、平衡能力等各项素质以及四肢、躯干和体内各项都得到锻炼。这些室外健身路径和健身房里的健身器材功能区别并不是很大，使人么有一种新鲜感，而且由于是无人管理的公益设施，方便人们使用，因此深受广大群众的欢迎。

以下室外健身器材不是所有居民都能使用的，今天给大家介绍几种常见的室外健身器材在使用时需要注意的几个方面，希望对广大用户户外锻炼有一定帮助：蹬力训练器这类室外健身路径髌骨软化症老人禁用。髌骨软化症主要就是平时常有膝下痛。这样的老年人，本来髌关节的负重功能就不好，如果再进行蹬力器锻炼，伸膝肌群就可能会受损，从而加重病情。健骑训练机这类椎间盘突出者别碰。这项运动很适合那些经常伏案、颈肌和腰肌都有劳损的人。但如病情已发展到椎间盘突出，千万不要使用。牵引训练器：先试行引体向上。如果连一个引体向上都无法完成，好别用。手力不够的老年人好也不要做这项运动。扭腰旋转器：旋转幅度莫过大。扭动的幅度不要超过180°。速度要慢。动作要轻柔，频率控制在每次3秒左右为宜。

小区健身器材部位名称分类：

腿部：双人坐蹬器、腿部按摩器、三位蹬力器、平梯扭腰踏步机、伸腰架、三位压腿架、四位压腿器、四位蹬力器、踏步浪板、呼啦桥、荡椅、蹬力训练器、提拉训练器、压腿把杆

上肢：双杠、单杠、太极推手、划船器、高踏步浪板低单杠、双层平梯、上肢牵引器、臂力训练器、举重器、下拉训练器、四联康重器、六组合训练器、下压训练器、单人坐推器、单人坐拉器、双人大转轮、三人引体。

下肢：双人太空漫步机、双人漫步机、骑马平步机、平步机、平梯、椭圆漫步机、腿部按摩器、三位压

腿架、臂力训练器、俯仰撑架、推举训练器、坐式拉力器、立式拉力器、椭圆机、

指关节：太极轮

腰部：三人转腰器、腰背按摩器、双人坐蹬器、骑马机、腰肌板、四位蹬力器、平梯、双人秋千 双人荡板、伸腰架、双棍式摩背器、按摩器、踏步浪板、呼啦桥、太空腰施组合、坐式推力器、下压训练器、提拉训练器、五位压腿器。

腹部：三人转腰器、腹肌板、肋木架 腹肌训练器、双人旋转轮、双人荡板、

背部：腰背按摩器 腹肌训练器、坐立按摩器、四联康复器、单人坐推器、单人坐拉器、三人引体

盐山冀图体育器材有限公司，携全体员工欢迎你的到来。